# جان دادن به اسکلت

باگوان عزيز:گشتن دنبال ويژگي اساسي من ، فقط گشتن در پي آن ، اثبـات كـرد كه اين وسـيله اي عـالي اسـت.گـويي كه من هميشه پذيرفته بودم كه در گنجه ام تعدادي مشخص از ويژگي هاي"نامطلوب" وجود دارند كه در مواقع مختلف قـدري شـوق پيـدا كـرده ام تا از آن ها خلاص شوم يا آن ها را با دقت بيشتري مشـاهده كنم. در طـول چهل و هشت ساعت گذشته كه سعي داشـتم آن ها را مشـخص كنم، دريـافتم كه همـان روند بـازكردن گنجه و انـداختن چـراغ روي محتويـات آن، به خودي خودش آن اسكلت ها را نـاتوان سـاخته اسـت.به يقين مانند اين است كه صرفاً حرف زدن در مورد آن اسكلت ها، به عنوان مشـكل،به جـاي اينكه به آن ها نگـاه كـنيم، به چـيزي جـان مي دهد كه درواقع از خـودش هيچ حيـاتي نـدارد. بـاگوان، آيا من با خـودم شـوخي مي كنم يا اينكه واقعاً همينقدر آسان است؟

همينقدر ساده است. بسـياري از مشـكلات ما فقط به اين سـبب وجــود دارند كه ما هرگز به آن ها نگــاه نكــرده ايم، هرگز نگاهمــان را متوجه آن ها نكرده ايم تا دريابيم كه چيستند. مانند اين داستان باستاني است: شبي مهتابي است و يك دزد جواهرات بسياري را سـرقت كـرده است. والبته كه مي ترسيد. او درحال دويدن بود و ناگهان شنيد كه گـام هايي او را تعقيب مي كنند.تقريبـاً هميشه اتفـاق مي افتـد: اگر تـاكنون امتحان كرده باشي كه در تاريكي تنها بدوي، صداي قدم هاي خــودت را مي شـنوي و احسـاس مي كـني كه گـويي كسي تو را تعقيب مي كنـد. وقتي كه آن دزد نگاه كرد، دريافت كه واقعاً كسي او را دنبال مي كنــد، اين ســايه ي خــودش بــود. ولي او در موقعيــتي نبــود كه دريابد آن چه كسي است. مشكل او اين بود كه به نوعي از چنگال اين شخص خلاص شود. او سريع تر دويد، ولي شنيد كه شخص تعقيب كننده نيز ســريع تر مي دود. و مرتب به پشت سرش نگاه مي كرد و درمي يافت كه همـان شخص پشت سرش است. مرد بيچاره خسـته بـود، كـاملاً خسـته، ولي نمي توانست از سايه ي خودش خلاص شود. درمانده زير درخـتي افتـاد كه نور مـاه در آنجا نبـود و به اطـراف نگـاه كـرد و در عجب بـود كه آن تعقيب كننـده كجا رفته اسـت؟ ،تا همين حـالا پشت سـرش بـود، خيلي نزديك.

شجاعتي يافت و بازهم به اطراف نگـاه كـرد و نتوانست او را در جايي ببينـد. سـپس از زير آن درخت بـيرون آمد و بـارديگر آن سـايه در

پشت سرش بود. ولي اين بار فريب نخورد و رويش را برگرداند و او را ديد. كسي وجود نداشت، فقط سايه ي خودش بود.بسياري از مشكلات ما ، شايد بيشترين مشكلات ما ، به اين سـبب وجـود دارند كه ما هرگز به آن ها رويارو نگاه نكرده ايم، هرگز با آن ها برخـورد نداشـته ايم و با نگـاه نكـردن، به آن ها انـرژي داده ايم، ترسـيدن از آن هـا، به آن ها انرژي مي دهد، هميشه سعي در پرهيزكردن، به آن ها انرژي مي دهد ، زيرا آن ها را پذيرفته اي.

خود همين پذيرش تو است كه به آن ها وجود مي بخشـد. غـير از اين پذيرش تو، آن ها وجود ندارند.پس اگر گنجه ات را باز كني و نـوري در دست بگـيري و به آن اسـكلت ها نگـاه كـني، خـواهي ديد كه آن ها مـرده هسـتند.اسـكلت ها نمي توانند كـاري كننـد، ولي تقريبـاً همه از اسكلت ها مي ترسند. اين موقعيتي عجيب است.

شما از آدم هاي زنده كه مي توانند به شما آسيب بزنند و يا شـما را بكشند نمي ترسيد. و همگي آنان يك اسكلت را حمل مي كنند كه در زير پوست قرار دارد و اين ها مردماني زنده هستند.ولي اگر ناگهـان در اتاق به اسكلت بيچاره اي كه جان ندارد بربخـوري، خـواهي ترسـيد. آن اسكلت چه مي تواند با تو بكند؟

در دانشـگاه دوسـتي داشـتم كه پـدرش يك پزشك بـود و رييس بيمارستان دانشگاه بود كه بخشي از دانشـكده ي پزشـكي بـود.و آن ها بـراي مطالعـه، اسـكلت هـاي بسـياري در اختيـار داشـتند.و يك روز به پســرش گفتم، "پــدرت بايد مــردي باشد كه ابــداً از اســكلت ها نمي ترسد!"

گفت، "البته كه نمي ترسد. او تمام روز در مورد اسكلت و انـدام هاي آن به شاگردان تدريس مي كند."و او مجموعه ي خوبي داشت. او در محوطه ي بيمارسـتان زنـدگي مي كـرد. پس من گفتم، "خـوب پس بايد مطمئن شويم كه اين درست است يا نه." از پسرش پرسـيدم، "تو بايد به نوعي كليد اتاقي كه اسـكلت ها در آن هسـتند را پيـدا كـني و ما شب يكي را بيرون مي بريم. فقط در بزن و پدر براي باز كردن مي آيد و ما مخفي مي شويم و اسـكلت آنجا خواهد ايسـتاد و مي بيـنيم كه چه مي شود."

پسر گفت، "تو مرا دچار دردسر مي كـني."گفتم، "نگـران نبـاش. تو فقط تا مي تـواني با سـرعت فـرار كن. و مي تـواني به من اعتمـاد كـني. اگر اتفـاقي بيفتد من هرگز اسم تو را نخـواهم آورد."و بـاور نمي كنيد، مردي كه سال ها با اسكلت ها سروكار داشـته، وقـتي كه در زدم گفت، "كيست؟" گفتم، "آيا مرا نمي شناسي؟" او در را باز كرد.

من به كناري در پشت يك درخت خزيدم، يك درخت بـزرگ بـودي bodhi در آنجا بود. و او اسكلت را ديد. و بايد آن صـحنه را مي ديديـد، درست مثل اين كه تمام اعصابش از كار افتاده باشد. روي زمين افتـاد. و اسكلت هم رويش افتاد.زنش آمد، "چه خبر است؟"ـ با ديدن اسـكلت كه روي شوهرش افتاده بود، فريادي كشيد و بيهوش شد.

و همسايگان از فرياد زن بيدار شـدند و همه به آن سـمت آمدنـد. ولي همگي با ديـدن اوضـاع دور ايسـتاده بودنـد. زن روي زمين پخش شده بود، شوهر جلوي در افتاده و اسكلت روي او افتـاده اسـت. و من در پشت درخت مخفي بـودم. و فكر كـردم، "حـالا چه كنم؟" ما چـنين اوضاعي را متصور نشده بوديم. من فقط فكر مي كردم كه او بترسـد. ولي اوضاع بسـيار پيچيـده شـده بـود. و پسـرش از دوردست نگـاه مي كرد.

صدايش كـردم، "حـالا مـوقعش نيست كه بترسـي." او به نـوعي اسكلت را بلند كرد و آن دو نفر را در آنجا رها كرد ، هردو بيهوش بودند ، و بـراي ما خيلي زحمت داشت كه آن اسـكلت را دوبـاره سـرجاي خودش بگذاريم، زيـرا زهـوارش در رفته بـود و يك دسـتش يك جا و يك پايش در جاي ديگر بـود و ما هـردو سـعي كـرديم آن را درست كـنيم.به نوعي آن را درست كرديم و با نگـاه به سـاير اسـكلت ها به آن گفـتيم، "تو بايد دقيقـاً مانند سـاير اين اسـكلت ها رفتـار كـني."آنـوقت بـراي مراقبت از دكـتر و زنش برگشـتيم و روي صورتشـان آب پاشـيديم و به آنان گفتيم، "كسي نيست! شما بي جهت نگران شديد!"

دكتر گفت، "من نمي توانم باور كنم كه كسي نبوده!ـ او روبه روي من ايستاده بود، و مي گـويي كسي نيسـت؟ او اسـكلت شـماره هفـده بود. من او را خوب مي شناسم ولي او چگونه جرات كرد تااينجا بيايـد؟ و در قفل بـود و من هميشه درها را چك مي كنم، زيـرا كه هرچه باشد اسكلت اسكلت است، نمي تواني به آن ها اعتماد كني!"

ما گفتيم، "ما كسي را نديديم. ما بـراي پيـاده روي رفته بـوديم و تـازه رسـيده بـوديم كه شـما را ديـديم كه زمين افتـاده ايد و كسي در اطراف نبود. و زن شما روي زمين افتاده است. كاري كنيد كه او هم به هوش بيايد."

و او هركاري كه از دستش برمي آمد انجام داد و زن به نـوعي به هوش آمد. و پرسيد: "او كجاست؟ آن اسكلت كو؟" و دكتر گفت، "نمي توانم باور كنم، چون شماره ي هفده يك اسـكلت قـديمي است و هرگز بدرفتاري نكرده اسـت، و ناگهـان مي آيد و در مي زند و حـتي مي گويد «نمي تواني مرا بشناسي؟» "

او گفت، "حالا رفتن به آن اتاق برايم دشوار مي شود. من بخشم را عوض خواهم كرد، اسكلت بي اسكلت."گفتم، "شــما پس از يك روز تمام كار با اسـكلت هـا، بي جهت دچـار تـوهم شـده ايـد. شـايد تنها يك توهم بوده است ، زيـرا ما كه مي آمـديم هيچكس را نديـديم كه بيايد يا برود و كليد هم در جيب شماست."

پس او نگاهي كــرد و گفت، "آري كليد در جيب من اســت."گفتم، "اگر بخواهيد ما مي تـــوانيم بـــرويم و ببيـــنيم كه شـــماره هفـــده كجاست."گفت، "نه، من به شـما اجـازه نخـواهم داد به آنجا برويـد. اگر آن اسكلت توانسته بدون بازكردن در بيرون برود، مي تواند به شما هم آسيب بزند. نيازي نيست زحمت بكشيد. من فردا بخش خودم را عوض خواهم كرد."

او بخش خودش را عوض كرد. معاون دانشكده سخت تلاش كــرد و مي گفت، "اسكلت ها بيرون نمي آيند و شـما تجربه اي بس طـولاني با آن ها داشته ايـد."او گفت، "هرچه كه باشـد، ولي اگر آنچه كه ديشب رخ داد، بارديگر اتفاق بيفتد، من خواهم مرد. و شما بايد به فكر زن من هم باشيد. او بسيار ظريف است و او قبلاً يك حمله ي قلبي هم داشــته است. و اگر آن اسكلت ها نيمه شب بيرون بيايند و در بزنند....!"

من هميشه در حيرت بوده ام كه چرا مــردم اينهمه از اسـكلت ها وحشت دارند، زيرا اينان بسيار بيچاره هستند ، بدون زندگي، هيچ كـاري نمي تواند بكنند. ولي به نظر مي آيد كه جرياني ناخودآگاه وجود داشــته باشد، "ما هم اسكلت هستيم."

با ديـدن يك اسـكلت، شـما خودتـان را بـدون پوست مي بينيـد. و روزي موقعيت شما چنين خواهد بود. شايد اسكلت شما را به ياد مــرگ بيندازد، اسكلت شما را به ياد واقعيت خودتان مي انــدازد كه پوست آن را پنهان مي كند. وگرنه اسكلت ها بسيار معصــوم هســتند، آن ها هرگز به كسي آسيب نزده اند.

من عـادت داشـتم از يك گورســتان محمـديان اسـكلت بفروشــم، زيرا دانشكده ي پزشـكي به آن ها نيـاز داشت و بهـاي خـوبي برايشـان پــرداخت مي كــرد. و هيچكس حاضر نبــود يك اســكلت بيــاورد. من با نگهبان هـاي گورسـتان دوست شـدم و ترتيـبي داديم كه نصف به نصف پول آن ها را تقسـيم كـنيم، "شـما فقط زمين را بكنيد و يكي را بـيرون بياوريد و من آن را سوار ماشين مي كنم و به دانشكده ي پزشــكي مي برم."روزي يك اسكلت را در ماشين مي بردم، يك مرد پليس ماشين را متوقف كرد.

مي خواست گواهينامه ي راننــدگي مــرا ببينــد. گفتم، "پيش آن رفيق پشت سـري اسـت."پس او به صـندلي عقب نگـاه كـرد.و گفت،

"خوب، آن را ديدم. همه چيز خـوب اسـت. سـريع بـرو، تاجـايي كه مي تواني سريع برو. فهميدم چرا اينقدر تند مي رفتي، ولي هرچقدر هم كه تند بروي او پشت سرت نشسته است.نمي تواني فرار كني. ولي لطفاً برو."

و بســياري اوقــات، وقــتي كه آن اســكلت ها را به دانشــكده ي پزشكي مي آوردم، كسي آن را مي ديد ،چند استاد يا خـدمتكار. و آنـان به سـادگي خشكشـان مي زد. هيچكس از من نمي خواست كه او را به جايي برسانم، زيرا مي دانستند كه يك اسكلت در صندلي پشتي اسـت. هيچكس سوار ماشين من نمي شد. استادها مي پرسـيدم، "مي خواهيد با من بياييـد؟"مي گفتنـد، "نه در ماشـين تـو."چنـان وحشـتي، ولي بايد ريشه هايي داشته باشد.

و مي توانم ببينم كه نخستين چيز اين است كه اسكلت شما را به ياد خودتان مي اندازد:"اوضاع چنين خواهد شد! ما فقط اسـكلت هـايي هستيم كه خوب پوشش گرفته ايم."و وقتي كه مرگ بيايـد، اوضـاع اين چـنين خواهد بـود. پس شـما را به يـاد مـرگ مي انـدازد. پس هيچكس گنجه هاي ناخودآگاهش را باز نمي كند كه اسـكلت هـاي زيـاد، در انـواع مختلف در آنجا هستند.

شما خودتان آن ها را آنجا گذاشته ايد و حالا از آن ها مي ترسـيد. ولي واقعيت اين است كه آن ها مـرده هسـتند. فقط درها را بـاز كنيـد، نور بياوريد، گنجه هايتان را تميز كنيد، ذهن هايتان را از انواع وزنه هــاي بي جان كه پراز آن هستيد پاك كنيد ، اين وزنه ها زندگي شما را واقعــاً مصيبت بار مي كنند، يك جهنم.و هيچكس به جز خودت مسئول نيسـت. نخست اينكه تو چيزهايي را پنهان مي كـني كه نبايد بكـني. خـوب است كه آن ها را بيــان و تخليه شــان كــني. ولي تو نخست آن را پنهــان مي كـني و فقط يك منـافق مي مـاني ، كه هرگز خشـمگين نيسـتي، هرگز نفرت نداري و هرگز چنين يا چنان نيستي، ولي تمام اين ها در درون به انباشته شدن ادامه مي دهند. ولي آن ها همگي چيزهايي مرده هستند.

آن ها از خودشـان هيچ انـرژي ندارنـد، تا اينكه تو به آن ها انـرژي بدهي. منبع انرژي را تو داري. هرچه كه در زندگي شما رخ بدهد نياز به انرژي شما دارد. اگر منبع آن انرژي را قطع كنيد و .... به عبــارتي ديگر اين چيزي است كه من آن را هويت گيري identification مي خـوانم: اگر با چيزي هويت نگيري، بي درنگ خواهد مرد، از خـودش هيچ انـرژي ندارد.

و هويت نگرفتن non-identification ، طرف ديگر نظاره گري است. زيبايي نظاره گري و ظرفيت عظيم آن را براي دگرگوني خـودت دوست بدار. فقط هرآنچه را كه هست نظاره كن و ناگهـان خـواهي ديد

كه چيزي جز اسكلت مرده وجود ندارد، نمي تواند كاري با تو بكند. ولي تو مي تواني به آن انرژي بدهي، مي تواني به آن انرژي بيفكني. آنوقت يك اسكلت كه نمي تواند كاري با تو بكنـد، مي تواند حـتي تو را بكشـد، مي تواند تو را به سكته بيندازد. فقط كافي است از آن فـرار كـني و به آن واقعيت بخشيده اي و به آن جان داده اي.

به چيزهايي جان بده كه زيبا هستند، به چيزهاي زشت جـان نـده. وقت زيادي و انرژي براي هدردادن نداري. با چنين زنـدگي كوتـاه است و چنين منبع انـرژي انـدك، پس فقط احمقانه است كه آن را در انـدوه، در خشم، در نفرت يا در حسادت تلف كني.آن را در عشق مصرف كن، در عملي ســازنده آن را مصــرف كن، در دوســتي مصــرفش كن، در مراقبه مصرفش كن: با آن كاري كن كه تو را بالاتر ببرد. و هرچه بـالاتر بروي منبع انرژي بيشتري در دسترس تو خواهد بود.

در بالاترين نقطه ي آگاهي، تقريباً يك خـدا هسـتي. ولي ما به آن لحظه اجـازه نمي دهيم كه رخ بدهـد. ما بيشـتر و بيشـتر به تـاريكي ها سـقوط مي كـنيم، جـايي كه خودمـان نـيز تقريبـاً زنـده هـايي بي جـان هستيم.اين در دست هاي خودت است.

www.ods.ir